

SKRIPSI



**UPAYA MENINGKATKAN KEMAMPUAN SHOOTING
DALAM PERMAINAN SEPAKBOLA DENGAN
METODE PERMAINAN TARGET PADA
SISWA SMA NEGERI 12
MAKASSAR**

***AN EFFORT TO IMPROVE SHOOTING SKILL
IN THE GAME OF FOOTBALL WITH THE
TARGET GAME METHOD FOR HIGH
SCHOOL STUDENTS 12
MAKASSAR***

A.ADNAN AMINULLAH

**PROGRAM STUDI STRATA 1
PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI MAKASSAR
2021**

**UPAYA MENINGKATKAN KEMAMPUAN SHOOTING
DALAM PERMAINAN SEPAKBOLA DENGAN
METODE PERMAINAN TARGET PADA
SISWA SMA NEGERI 12
MAKASSAR**

***AN EFFORT TO IMPROVE SHOOTING SKILL
IN THE GAME OF FOOTBALL WITH THE
TARGET GAME METHOD FOR HIGH
SCHOOL STUDENTS 12
MAKASSAR***

ABSTRAK

A.Adnan Aminullah. 2020. *Upaya Meningkatkan Kemampuan Shooting Dalam Permainan Sepakbola Dengan Metode Permainan Target Pada Siswa SMA Negeri 12 Makassar.* Skripsi. Jurusan Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi. Fakultas Ilmu Keolahragaan. Universitas Negeri Makassar (dibimbing oleh Poppy Elisano Arfanda dan M.Sahib Saleh).

Penelitian bertujuan untuk meningkatkan kemampuan shooting dalam permainan sepakbola dengan metode permainan target pada siswa SMA Negeri 12 Makassar dan mengetahui apakah dengan pembelajaran menggunakan permainan target dapat meningkatkan kemampuan teknik dasar Shooting siswa SMA Negeri 12 Makassar. Jenis penelitian ini adalah penelitian tindakan kelas (*action research*). Populasi dalam penelitian ini adalah siswa kelas XI SMA Negeri 12 Makassar Tahun Ajaran 2020/2021 dengan jumlah siswa 30 orang (*Total Sampling*). Metode dalam penelitian ini menggunakan metode penelitian tindakan kelas, yang dilaksanakan dengan *Pre Test* dan Tes Siklus I. Peningkatan hasil belajar siswa tersebut dapat dilihat dari nilai hasil belajar yang dicapai melalui tes Siklus I menunjukkan persentase ketuntasan hasil belajar siswa 88,5% dan yang tidak tuntas 11,5%. Dari hasil analisis penerapan Permainan Target dapat meningkatkan hasil belajar *Sepakbola* siswa kelas XI IS 1 SMA Negeri 12 Makassar, maka dapat disimpulkan bahwa siswa mengalami peningkatan yang signifikan dan telah mencapai standar kriteria ketuntasan nilai sehingga tidak dilanjutkan ke siklus berikutnya.

Kata kunci : Shooting Sepakbola, PTK

PENDAHULUAN

Hampir dipastikan masyarakat dunia telah mengenal sepakbola. Seandainya sebagian tidak menggemari atau dapat memainkannya, minimal mereka mengetahui keberadaan olahraga ini. Tidak pelak lagi, sepak bola adalah olahraga yang paling populer di dunia semua kalangan baik tua maupun muda, bahkan tanpa membedakan laki-laki dan perempuan, sangat menggemari olahraga ini.

Istilah yang diberikan untuk sepak bola bervariasi. Untuk negara-negara yang menggunakan bahasa Inggris, mereka menyebut permainan ini sebagai *football*, sementara untuk beberapa wilayah lain disebut *soccer*. Negara-negara yang menggunakan bahasa latin menyebutnya dengan istilah *futboln* atau *futebol*. Dalam bahasa Jerman

atau bahasa yang digunakan oleh bangsa-bangsa kawasan Skandinavia disebut *fussball*, atau *voetbal* dalam sebutan bahasa Belanda. Bagi orang Italia, permainan ini disebut *calcio* dan demikian seterusnya.

Dari kesemuanya pada dasarnya sepakbola adalah olahraga yang memainkan bola dengan kaki. Tujuan utama dari permainan ini adalah untuk mencetak gol atau skor sebanyak-banyaknya yang tentunya harus dilakukan sesuai dengan ketentuan yang telah ditetapkan. Untuk bisa membuat gol, kalian harus tangkap, sigap, cepat dan baik dalam mengontrol bola.

Tidak ada yang bisa memastikan dari mana atau dari bangsa mana yang pertama kali memperkenalkan permainan ini. Setiap bangsa mempunyai argumentasi klaim atas olahraga ini.

Sebagai contoh, bangsa Indian kuno di benua Amerika. Sejak lama, mereka telah mempunyai kebiasaan untuk memainkan satu permainan yang melibatkan banyak orang. dalam permainan tersebut, mereka menggunakan objek berupa benda yang dibuat dari bahan getah karet untuk disepak atau ditendang antara satu dengan yang lain.

Demikian juga bangsa Jepang dan Cina kuno di Asia. Para biksu disana sudah sejak lama diketahui menggunakan media bola yang terbuat dari bahan karet sebagai salah satu pelengkap dalam melakukan ritual kepercayaan mereka.

Tentunya, kita tahu bahwa permainan saling menendang dan mempermainkan bola ini juga telah dilakukan oleh beberapa suku bangsa yang ada di Indonesia sejak ratusan tahun yang lalu, seperti bisa kita lihat

pada permainan bola sepak orang-orang Bugis. Sudah pasti akan di jumpai banyak teman-teman baru jika dilakukan penyelidikan terkait hubungan antara suatu komunitas tertentu dengan permainan sepakbola di dunia.

Hendi (2008:3) mendefinisikan bahwa “sepakbola adalah salah satu olahraga paling populer di dunia. Olahraga dimainkan oleh dua tim yang beranggotakan sebelas pemain. Karena beranggotakan sebelas pemain, maka tim sepakbola sering disebut kesebelasan”.

Sepakbola merupakan salah satu cabang olahraga yang di gemari oleh masyarakat Indonesia. Olahraga ini sudah memasyarakat di kalangan bawah hingga kalangan atas. Di Indonesia Sepakbola sudah dikenal

berpuluh puluh tahun,tetapi belum mampu berprestasi di tingkat dunia. Olahraga saat ini mengalami kemajuan yang begitu pesat. Saat ini hampir semua orang senang berolahraga sepakbola. Olahraga telah menjadi salah satu gaya hidup yang tidak bisa dipisahkan dari masyarakat dunia termasuk Indonesia. Dari Sabang sampai Merauke dari anak-anak bahkan orang dewasa memainkan sepakbola.

Permainan sepak bola ini telah merambah ke semua lapisan dunia, termasuk Indonesia. Di Wilayah Sulawesi Selatan misalnya, mulai dari anak-anak hingga orang dewasa setiap hari memainkan sepakbola walaupun dengan cara yang sederhana dan lapangan yang tidak terstandar. Sehingga tidak heran apabila muncul pemain-pemain nasional dari sulawesi

selatan. Namun dari sekian banyak bibit yang ada hanya sedikit Saja pemain yang muncul digemerlapnya liga indonesia. Padahal dengan fasilitas dan pembinaan yang baik bukan tidak mungkin nantinya sulawesi selatan menjadi pemasok pemain-pemain terbaik.

Dalam Olahraga sepakbola, hal yang sangat penting guna menunjang pencapaian prestasi puncak adalah seberapa besar tingkat kesegaran jasmani yang dimiliki oleh seorang atlet, karena dengan memiliki tingkat kebugaran jasmani yang baik seseorang akan mempunyai daya tahan (*endurance*) yang baik yang berguna dalam menunjang setiap kegiatan di lapangan (Sudirman, 2020, p. 129).

Salah satu syarat untuk dapat bermain sepakbola dengan baik

adalah pemain harus menguasai keterampilan dasar sepakbola yang baik kerana pemain yang mempunyai keterampilan dasar sepakbola yang baik pemain tersebut cenderung dapat bermain sepakbola dengan baik pula. Keterampilan dasar sepakbola ada beberapa macam, seperti *stoping* (Menghentikan bola), *Shooting* (Menendang bola kearah gawang), *passing* (Mengoper), *Heading* (Menyundul bola) dan *Dribbling* (Menggirirng bola).

Menendang bola merupakan teknik dasar yang harus dikuasai untuk menjadi pemain sepak bola, apabila pemain memiliki teknik dasar menendang bola dengan baik, maka mereka akan dapat bermain secara efektif dan efisien. Akurasi merupakan keakuratan, ketepatan, kejituan dan kecermatan dan menyongsong, menyundul dan

menendang bola ke gawang atau mengumpan bola ke kawan sendiri. Shooting adalah tendangan yang dilakukan pemain sepak bola dengan kekuatan punggung kaki untuk menciptakan gol ke gawang lawan. Shooting merupakan teknik dasar sepak bola yang harus dikuasai pemain terutama pemain depan, karena peluang paling besar untuk menciptakan gol adalah menembak bola dengan kekuatan kaki ke gawang lawan dengan akurat.

Teknik shooting yang paling baik dilakukan dengan punggung kaki. Kunci kekuatan shooting ada pada kekuatan tungkai dan sudut pengambilan tendangan yang optimal. Latihan adalah aktifitas untuk meningkatkan kualitas fungsi sistem organ tubuh manusia sehingga mempermudah atlet dalam penyempurnaan geraknya (Apta dan

Febi, 2015:47). Dan latihan adalah proses dimana seseorang atlet dipersiapkan untuk performa tertinggi (Bompa dan Gregory, 2009:2). Secara umum tujuan latihan adalah membantu para pembina, pelatih, guru olahraga agar dapat menerapkan dan memiliki kemampuan konseptual serta keterampilan dalam membantu mengungkapkan potensi atlet mencapai puncak prestasi (Apta dan Febi, 2015:49).

Menurut Thondrik (Rahyubi, 2012:164) pada teori belajar law of exercise yang menyatakan bahwa prinsip hukum latihan menunjukkan prinsip utama dalam belajar adalah pengulangan, semakin sering diulangi materi pelajaran akan semakin dikuasai. Dari sudut pandang penyerangan, tujuan sepak bola adalah melakukan shooting ke

gawang. Seorang pemain harus menguasai keterampilan dasar menendang bola dan selanjutnya mengembangkan sederetan teknik shooting yang memungkinkan untuk melakukan tendangan 3 shooting dan mencetak gol dari berbagai posisi dilapangan. Cara yang paling tepat untuk mengembangkan akurasi shooting adalah melatih tendangan shooting berkali-kali menggunakan teknik yang benar (Danny Mielke, 2003:67). Seorang yang mampu mengumpan dan menggiring bola dengan baik tanpa mampu melakukan shooting dengan baik bukanlah pemain yang menguasai teknik dasar sepak bola, karena bermain sepak bola bertujuan mencetak goal sedangkan bermain cantik tidak diberi nilai. Pemain sepak bola diharuskan bisa menendang bola ke gawang lawan

dengan baik (Timo Scheunemann, 2012:188).

Faktor penghambat munculnya Pemain-pemain sepakbola yang berbakat tersebut salah satunya karena kurangnya pengetahuan dan kurangnya menguasai tehnik dasar sepakbola yang dibutuhkan dalam sepakbola, dalam hal ini termasuk di jenjang-jenjang lembaga pendidikan Formal. Hal tersebut terjadi di mungkinkan karena pihak pemerintah dan pihak sekolah khususnya kurang memperhatikan, menggalakkan program di bidang olahraga, dan mengadakan pembinaan olahraga sepakbola kepada Siswa. Dalam dunia olahraga, kita juga mengenal berbagai tujuan seseorang untuk melakukan aktivitas olahraga. Salah satu tujuannya adalah untuk pencapaian prestasi maksimal.

Dalam pencapaian prestasi diperlukan beberapa aspek pendukung yang harus dilakukan dan dipersiapkan. Salah satunya adalah ketersediaan sarana dan prasarana olahraga(PE Arfanda, 2018).

Salah satu kemampuan dasar yang penting untuk dikuasai pemain yaitu kemampuan shooting baik dari jarak dekat maupun dari jarak jauh. Kemampuan shooting penting dimiliki pemain karena tidak mungkin bagi pemain untuk mencetak gol tanpa memiliki kemampuan tersebut. Kemenangan sebuah tim ditentukan oleh kejelian pemain untuk melihat peluang dan melakukan shooting kearah target secara tepat. Kemampuan shooting dapat di dukung dengan awalan pada saat melakukan shooting dengan akurasi yang tepat. Seperti contoh pada pemain profesional, pemain

sepakbola menguasai teknik shooting yang bagus dengan akurasi yang tepat dapat mencetak gol ke gawang lawan.

Kemampuan shooting tersebut dapat diasah melalui latihan dengan metode yang tepat sehingga pemain dapat menguasai teknik secara tepat. Kegiatan pembelajaran sepakbola merupakan cabang olahraga yang paling digemari di SMA Negeri 12 Makassar. Hal ini terbukti dari banyaknya siswa yang antusias mengikuti pembelajaran sepakbola di Sekolah. Untuk mendapatkan permainan yang berkualitas, semangat saja tidak cukup, akan tetapi perlu di dukung penguasaan keterampilan dasar salah satunya ke mampuan shooting kearah target secara tepat. Seperti yang telah peneliti kemukakan di depan, bahwa kemampuan shooting

memiliki konstribusi yang besar bagi kemenangan sebuah tim. Meskipun kemampuan tersebut penting dimiliki pemain, temuan peneliti di lapangan masih menjumpai sebagian siswa yang masih kesulitan untuk melakukan shooting kearah sasaran secara tepat.

Pembangunan dibidang pendidikan adalah upaya yang sangat menentukan dalam rangka meningkatkan kualitas sumber daya manusia. dimana salah satu upaya itu adalah untuk mewujudkan manusia yang sehat, kuat, terampil dan bermoral melalui pendidikan jasmani (MS Saleh, 2020, p.55). Berdasarkan wawancara terhadap siswa di SMA Negeri 12 Makassar, Menyatakan kesulitan melakukan shooting dengan baik, dikarenakan sering kurang konsentrasi, perkenaan kaki pada bola tidak tepat, sehingga

dalam melakukan shooting tidak tepat sasaran.

Selain itu, berdasarkan hasil wawancara dengan guru olahraga di SMA Negeri 12 Makassar di temukan bahwa terdapat siswa yang memiliki kemampuan yang baik dan adapula yang memiliki kemampuan yang kurang. Semua itu dapat dilihat dari hasil penellitian pasa saat praktik dilapangan. rendahnya hasil penilaian dikarenakan intensitas kegiatan pembelajara yang dilakukan masih kurang karena hanya dilakukan saat pembelajaran yang ditentukan. selain itu sarana dan prasarana yang digunakan tidak sebanding dengan rasio atau jumlah siswa yang mengikuti kegiatan pembelajaran sepakbola. Disisi lain, guru yang bersangkutan juga mengatakan bahwa belum pernah mengadakan tes keterampilan dasar

sepakbola dengan instrumen yang valid. Guru menilai siswa hanya berdasarkan pengamatan saat melaksanakan kegiatan pembelajaran.

Program latihan di SMA Negeri 12 Makassar Selama ini yang diberikan terhadap siswa, yaitu passing support dalam memberikan latihan untuk membangun kerja sama dalam mengembangkan permainan sepakbola. Selama ini jadwal latihan yang diberikan dua kali dalam seminggu pada hari selasa dan kamis selama durasi waktu satu setengah jam setiap pertemuan. Berdasarkan atas pertimbangan mengenai kendala siswa dalam melakukan shooting kearah target secara tepat dan pentingnya kemampuan shooting bagi kompetisi sepakbola, maka penting bagi peneliti untuk membantu mengatasi kesulitan

tersebut dengan suatu metode yang cocok.

Peneliti memiliki pandangan dan referensi yang mendukung bahwa untuk mengatasi persoalan tersebut diperlukan upaya terhadap permainan target untuk meningkatkan kemampuan shooting ke arah sasaran secara tepat dalam cabang olahraga sepakbola. Peneliti menemukan referensi penelitian mengenai pengaruh permainan target terhadap kemampuan shooting. Hasil penelitian Cahyo Adi Priatno (2014) menunjukkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan metode bermain target terhadap kemampuan shooting pada peserta ekstrakurikuler bola basket di SMP Negeri 1 Godean Sleman. Penelitian lainnya, Yuni Satria Sumana (2015) Menyatakan bahwa ada pengaruh signifikan model latihan permainan

target terhadap peningkatan ketetapan tendangan shooting menggunakan punggung kaki siswa peserta ekstrakurikuler futsal di SMP 2 Jetis Bantul.

TINJAUAN PUSTAKA, KERANGKA BERFIKIR DAN HIPOTESIS

Pengertian Sepak Bola

Sepak bola merupakan salah satu olahraga terpopuler dikalangan masyarakat dunia, hampir seluruh penjuru dunia mengenal olahraga sepak bola. Sepak bola telah dikenal 5000 tahun sebelum masehi lalu. Seiring dengan perkembangan zaman, sepak bola berkembang di Inggris dan mulai dimainkan oleh warga negara Inggris, namun peraturannya tidak baku sehingga permainan sepak bola ini dilakukan dengan brutal. Menurut Sneyers (1998:10) bahwa “Mutu suatu kesebelasan ditentukan oleh

penguasaan teknik dasar tentang sepakbola. Semakin terampil seorang pemain dengan bola, semakin mudah ia dapat menguasai meloloskan diri dari suatu situasi, semakin baik jalannya pertandingan bagi suatu kesebelasan”.

Sepak bola adalah cabang olahraga yang menggunakan bola terbuat dari bahan kulit dengan permainan dua regu yang setiap regunya terdiri dari 11 pemain dan tujuan sepak bola ini sendiri adalah memasukkan bola sebanyak mungkin ke gawang lawan dan mempertahankan gawang agar tidak kebobolan. Sepak bola juga merupakan sebuah cabang olahraga yang bisa dimainkan oleh siapa saja dan tidak memerlukan biaya yang banyak dan fasilitas yang sulit, hanya perlu lapangan, gawang dan bola. Peraturannyapun dibuat secara

sederhana agar dapat diikuti dan dimainkan oleh masyarakat. Masyarakat dapat bermain sepak bola tanpa perlu memahami dulu tentang teknik-teknik dasar dalam sepak bola, ini biasanya diperoleh dari menonton pertandingan sepak bola ataupun bakat yang sudah terdapat didalam diri masing-masing. Menurut Rohim (2008: 1-2) menjelaskan bahwa: Sepak bola adalah permainan yang menantang secara fisik dan mental, kita harus melakukan gerakan yang terampil di bawah kondisi permainan yang waktunya terbatas, fisik dan mental yang lelah sambil menghadapi lawan, kita harus berlari beberapa mil dalam satu pertandingan, dalam permainan ini kita harus memahami teknik permainan individu, kelompok dan beregu, untuk

menentukan penampilan kita di lapangan.

Midgley (2000:176) dalam bukunya mengungkapkan pengertian tentang sepak bola atau soccer adalah :pertandingan bola yang dimainkan dua regu masing-masing 11 orang, sasaran pertandingan ini adalah memasukkan bola di gawang lawan dan pemenangnya adalah pemasuk bola terbanyak (MA Hudain & AM Jaya, 2018).

Sepak bola banyak mengandung konsep-konsep yang menunjang pada nilai sosial dan individu, selain itu sepak bola dapat meningkatkan kebugaran jasmani.

METODOLOGI PENELITIAN

A. Jenis Penelitian

Jenis penelitian yang digunakan adalah PTK (penelitian

tindakan kelas) adalah penelitian praktis yang dimaksudkan untuk memperbaiki pembelajaran di kelas. Penelitian ini merupakan salah satu upaya guru atau praktisi dalam bentuk berbagai kegiatan yang dilakukan untuk memperbaiki dan atau meningkatkan mutu pembelajaran di kelas. PTK dapat diartikan sebagai proses pengkajian masalah pembelajaran di dalam kelas melalui refleksi diri dalam upaya untuk memecahkan masalah tersebut dengan cara melakukan berbagai tindakan yang terencana dalam situasi nyata serta menganalisis setiap pengaruh dari perlakuan tersebut. PTK merupakan salah satu publikasi ilmiah dalam konteks pengembangan profesi guru secara berkelanjutan yang ditunjukkan untuk perbaikan dan peningkatan mutu pendidikan pada umumnya.

PTK ini cocok dilakukan oleh guru karena prosesnya praktis.

didik sebagai subjek penelitian.

B. Waktu dan Tempat Penelitian

1. Waktu Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan pada semester genap tahun ajaran 2019/2020 yang di mulai pada bulan maret sampai selesai.

2. Tempat Penelitian

Penelitian ini di lakukan di SMA Negeri 12 Makassar, Sekolah ini berlokasi di Jl.Moha Lasuloro No.57 Antang Kec.Manggala Kota Makassar.Penentuan lokasi ini di harapkan memberi kemudahan khususnya menyangkut pengenalan lingkungan yang berhubungan dengan anak

C. Populasi dan sampel

1. Polupasi penelitian

Dalam suatu penelitian, perlu di tentukan populasi yang akan di teliti. “Populasi adalah keseluruhan objek penelitian” (Suharsimi,2006:130). Populasi dalam penelitian tindakan kelas ini adalah siswa SMA Negeri 12 Makassar dengan jumlah 30 siswa. Selain adanya populasi, dalam suatu penelitian terdapat sampel yang akan di teliti. Menurut Sugiyono (2014:80), pengertian populasi adalah “wilayah genearisasi yang terdiri atas objek dan subjek yang mempunyai kuantitas dan karakteristik tertentu yang di tetapkan oleh peneliti untuk di

pelajari dan kemudian di tarik kesimpulannya”. Sejalan dengan pendapat V.Wiratna Sujarweni (2014:65) populasi adalah keseluruhan jumlah atas objek atau subjek yang mempunyai karakteristik dan kualitas tertentu yang di tetapkan oleh peneliti untuk di teliti dan kemudian ditarik kesimpulannya.

Populasi dalam penelitian ini adalah siswa kelas XI di SMA Negeri 12 Makassar sebanyak 30 siswa.

2. Sampel Penelitian

Menurut Sugiono (2014:81), sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang di miliki oleh populasi tersebut pada penelitian ini, sampel yang di ambil dari populasi menggunakan *sampling purposive*. *Sampling purposive*

adalah tehnik penentuan sampel dengan pertimbangan tertentu (Sugiono,2014:85). Kriteria yang di gunakan dalam penelitian ini yaitu usia 16 sampai 19 tahun yang berjumlah 30 siswa di SMA Negeri 12 Makassar.

HASIL PENELITIAN DAN

Dari hasil analisis data siswa, pada dasarnya pelaksanaan pelajaran Shooting dalam permainan sepakbola yang disajikan dengan metode permainan target memberikan perubahan yang terjadi dengan adanya peningkatan dari siklus I yang mencapai rata-rata KKM sehingga tidak dilanjutkan ke siklus II. Hasil penelitian menunjukkan bahwa proses latihan permainan target dapat meningkatkan teknik shooting dalam permainan sepakbola dan dapat menggunakan berbagai tehnik dengan benar. Ketrampilan

siswa/i meningkat karena siswa lebih aktif belajar dan tumbuhnya rasa percaya diri serta semangat didalam kelompok bermainnya. Yang lebih tampak kekompakan dan kejasama untuk memahami teknik variasi latihan sepakbola ini dengan memecahkan kesulitan secara bersama. Subjek penelitian ini adalah siswa kelas XI SMA Negeri 12 Makassar, maka siswa/i harus berprakarsa sendiri, mengamati, menganalisa, membantu penilaian dan sebagainya. Fungsi guru sebagai fasilitator atau pembimbing sesuai dengan prinsip belajar dengan keaktifan dalam proses belajar mengajar. Hasil penelitian ini membuktikan bahwa bimbingan guru sangat membantu menumbuhkan semangat dan motivasi kepada siswa/i untuk lebih meningkatkan kemampuan shooting dalam

permainan sepakbola. Guru harus meyakinkan siswa/i bahwa belajar dan latihan secara efektif dan serius dapat berpengaruh pada keberhasilan siswa/i untuk meningkatkan ketrampilan dalam melakukan shooting sepakbola dan hal ini juga tergantung kepada sejauh mana siswa/i dapat memanfaatkan waktu yang diberikan dan keseriusan siswa/i dalam mengikuti latihan baik dalam waktu pelajaran Penjaskes maupun waktu diberikan ekstrakurikuler.

Hasil tes siklus I yang diperoleh siswa menunjukkan bahwa kemampuan teknik dasar *Shooting* pada permainan sepakbola siswa sudah cukup maksimal. hal ini dapat dilihat dari telah banyaknya siswa yang dapat *menguasai* teknik dasar *Shooting* dengan baik, sebagian besar siswa sudah mampu

melakukan tes dengan baik. Pelaksanaan tindakan dalam bentuk siklus 1 dilakukan dengan beberapa alasan, yaitu karena siswa masih kesulitan dalam melakukan gerakan *Shooting* karena gerakan itu jarang mereka lakukan. Sebagian besar siswa yang belum terlalu memahami gerakan ayunan kaki pada saat kaki berkenaan dengan bola, agar pada saat melakukan *Shooting* bola tidak terarah dengan baik. Setelah memberikan beberapa treatment sebelum melaksanakan tes siklus 1 Hasil belajar siswa pada tes siklus I ini telah cukup maksimal, hal ini terlihat banyak siswa yang telah memenuhi nilai standar KKM.

Hasil tindakan pembelajaran pada siklus I ternyata hasilnya cukup baik,. Hasil tes siklus I belum seluruhnya siswa memiliki ketuntasan belajar gerak dasar,

menurut analisa peneliti hal ini disebabkan siswa tersebut masih memerlukan tambahan waktu yang lebih untuk menguasai gerakan tersebut. Dengan tambahan waktu dan kemauan mengadakan latihan-latihan di luar jam pelajaran, peneliti yakin siswa tersebut akan memperoleh hasil yang lebih baik lagi.

Berdasarkan data awal 86,7% siswa tidak tuntas dalam pembelajaran dan 13.3% yang tuntas, kemudian pada hasil penelitian proses pembelajaran *Shooting* pada permainan sepakbola yang disajikan melalui metode permainan target di siklus I dilihat dari rata-rata hasil belajar shooting dilakukan pada sepakbola dengan metode permainan target dapat diuraikan siswa yang mencapai nilai ketuntasan dalam belajar dengan persentase 88,5% dan

yang tidak tuntas sebanyak 11,5%. Dengan demikian siswa yang tuntas dalam belajar mengalami peningkatan. Pada dasarnya pemberian metode permainan target dalam permainan sepakbola dapat memberi pengalaman siswa, semangat serta antusias dari siswa saat melakukan pembelajaran sepakbola yang disajikan dengan metode permainan target. Terlihat siswa selalu mengulang proses tahapan gerak shooting, siswa juga banyak bertanya kesalahan jika belum mencapai hasil maksimal pada setiap fase.

Secara umum siklus I mengalami peningkatan terhadap aktivitas siswa, banyaknya siswa yang berani memulai permainan dilapangan, jumlah siswa yang memberikan jawaban terhadap pertanyaan yang diberikan oleh guru

tentang materi pembelajaran, dan rasa takut melakukan shooting menjadi hilang dan bahkan mau mengulang-ulang gerakan itu dengan senang tanpa adanya paksaan. Selama proses pelaksanaan kegiatan di siklus I peneliti telah berusaha melakukan perubahan-perubahan agar semua siswa bisa mencapai ketuntasan minimal dalam proses pembelajaran Shooting dalam permainan sepakbola dengan metode permainan target pada siswa SMA Negeri 12 Makassar. Hasil penelitian pada siklus I ini sudah mencapai ketuntasan minimal sebanyak 88,5% dari hasil kondisi awal siswa sebelumnya. Salah satunya adalah dengan memberikan kesempatan pada siswa untuk bermain dan belajar serta berlatih gerakan shooting sehingga dengan melakukan shooting dengan berulang-ulang

maka akan memberikan manfaat bagi siswa. Selain itu dengan metode permainan target dalam permainan sepakbola yang dilakukan secara teratur dalam proses belajar akan meningkatkan kemampuan dan perkembangan psikomotorik siswa karena akan melatih otot-otot paha dan anggota gerak yang lain yang akan berpengaruh pada kemampuan siswa untuk melakukan gerakan yang benar dan mengurangi kesalahan-kesalahan yang dilakukan sehingga hasil belajarnya meningkat, baik dari aspek kognitif, efektif, dan psikomotorik serta disisi lain dapat melatih kekompakan dalam aktivitas pembelajaran. Oleh karena itu proses pembelajaran yang melibatkan siswa dalam belajar secara aktif akan lebih mudah meningkatkan kemampuan siswa dalam menguasai materi yang diberikan oleh guru. Dalam

penelitian ini tidak dilanjutkan ke siklus selanjutnya waktu penelitian dibatasi oleh administrasi sekolah, serta adanya pandemik sehingga siswa tidak diizinkan berada dilingkungan sekolah dalam waktu yang lama. Selain itu peneliti telah mencapai tingkat keberhasilan atau target yang ditentukan. Yang diperkuat oleh pendapat dari (Mulyasa,2005: 99) Keberhasilan kelas dilihat dari jumlah peserta didik yang mampu menyelesaikan atau mencapai minimal skor sekurang-kurangnya 85% dari jumlah peserta didik yang ada di kelas tersebut.

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Dari hasil analisis penerapan Permainan Target dapat

meningkatkan hasil belajar *Sepakbola* siswa kelas XI IS 1 SMA Negeri 12 Makassar maka dapat disimpulkan bahwa siswa mengalami peningkatan yang signifikan dan telah mencapai standar kriteria ketuntasan nilai sehingga tidak dilanjutkan ke siklus berikutnya.

B. Saran

1. Kepala sekolah

Peningkatan hasil belajar siswa khususnya kelas XI IS I SMA Negeri 12 Makassar harus didukung dengan kelengkapan sarana dan prasarana pembelajaran serta kreativitas guru yang mampu menunjang berhasilnya suatu pembelajaran.

2. Guru Penjas

Penerapan metode proses pembelajaran hendaknya memperhatikan aspek psikologis

siswa yakni pemilihan model pembelajaran yang menarik, mampu meningkatkan motivasi, dan minat. Maka dari itu saya juga menyarankan agar permainan target di terapkan pada pembelajaran permainan Sepakbola.

DAFTAR PUSTAKA

- Anggriawan Faizal. (2014). *Target Games dalam TGfU*. Diunduh dari : <http://fafaizalanggriawan.blogspot.co.id/2014/11/target-games-dalam-tgfuteaching-games.html>, pada hari Minggu, tanggal 17 Juli 2016. Pukul 15.00 WIB
- Arikunto Suharsimi. (2002). *Manajemen Penelitian*. Jakarta: PT. Rineka Cipta.
- Arikunto Suharsimi. (2006). *Prosedur penelitian suatu tindakan praktik*. Jakarta: PT. Rineka Cipta.
- Eric, Batty C. (2003). *Latihan Sepak Bola Metode Baru Serangan*. Bandung: Pioner Jaya.
- Gunawan Indra. (2009). *Teknik Olahraga Sepakbola*. Jakarta: IPA ABONG.

- Hendi. 2008. *Olahraga Bola*. Klaten: Sahabat.
- Herwin. (2004). *Keterampilan Sepakbola Dasar*. Diklat. Yogyakarta: FIK UNY.
- Hopper & Kruisselbrink.(2002). *Teaching Games for Understanding: What does it look like and how does it influence student skill learning and game performance?*. Diunduh dari : <http://web.uvic.ca/~thopper/WEB/articles/Advante/TGFU/motorlearn.pdf>, pada hari Senin, 6 Juni 2016. Pukul 11.00 WIB.
- Hudain, M. A., & Jaya, A. M. *Upaya Meningkatkan Kemampuan Heading Dengan Pendekatan Model Pembelajaran Berpasangan Pada Permainan Sepakbola Smpn 7 Alla Kabupaten Enrekang*.
- Irianto Subagyo. (2010). *Pedoman Pelaksanaan Pengembangan Tes Kecakapan "David Lee" untuk Sekolah Sepakbola (SSB) Kelompok Umur 14-15 Tahun*.Yogyakarta: FIK UNY.
- IRZAN, A., Arfanda, P. E., & Badaru, B. (2018). *Survei Sarana dan Prasarana Penjas Dalam Pelaksanaan Kurikulum 2013 Di Madrasah Aliyah Negeri 1 Makassar* (Doctoral dissertation, Universitas Negeri Makassar).
- Jeganathan Sanmuga Nathan K.. (2014). *Instruksi Model Taktikal Permainan*. Batu Caves, Selangor: PTS Akademia.
- Kristiyanto, Agus. "Penelitian Tindakan Kelas (PTK) Dalam Pendidikan Jasmani dan Kepelatihan Olahraga." *Surakarta: UNS Press Surakarta* (2010).
- Lhaksana Justinus. (2012). *Taktik dan Strategi Futsal Modern*. Jakarta: Be Champion.
- Midgley, R. CS.(2000). *Ensiklopedia Olahraga*. Semarang: Dahara Prize.
- Mielke Danny. (2007). *Dasar-Dasar Sepakbola*. Surabaya : Pakar Raya.
- Muchtar Remmy. (1992). *Olahraga Pilihan Sepakbola*. Jakarta: Depdikbud.
- Pambudi Aris Fajar. (2011). *Target Games: Sebuah Pengembangan Konsep Diri Melalui Pembelajaran Pendidikan Jasmani*. Diunduh dari : http://staff.uny.ac.id/sites/default/files/19820522/PERMAINAN%20TARGET%20TGfU_0.pdf, pada hari Senin, tanggal 6 Juni 2016. Pukul 12.45 WIB.
- Priatno Cahyo Adi. (2014). *Pengaruh Metode Bermain Target Terhadap Kemampuan Shooting Pada Peserta Ekstrakurikuler Bolabasket di SMP N 1*

Godean Sleman. Diunduh dari : <http://eprints.uny.ac.id/14028/>, pada hari Jumat, tanggal 25 Maret 2020. Pukul 13.20 WIB.

Lengkap, praktis, dan mudah dipahami." Yogyakarta: Pustakabarupress (2014).

Rohim, A. (2008). *Bermain sepak bola*. Semarang: CV. Aneka Ilmu.

Saleh, M. S., & Malinta, S. S. (2020). Survei Minat Belajar Siswa Dalam Mengikuti Pembelajaran Pendidikan Jasmani di SMPN 30 Makassar. *Kinestetik: Jurnal Ilmiah Pendidikan Jasmani*, 4(1), 55-62.

Scheunemann, T. (2012). *Kurikulum dan pedoman dasar sepakbola Indonesia*. Jakarta: Badan Pembinaan Usia Muda PSSI.

Sneyers, Jeff. (1998). *Sepak bola Latihan dan Strategi Keseluruhan*. (Alih bahasa: L. Lanjang) Jakarta: PT. Rosdo Jaya Putra Offset.

Sucipto, dkk. (2000). *Sepakbola*. Jakarta: Depdikbud.

Sudirman, S. (2020). *Survey Of Vo2 Max Aspura Unm Football Team*. Competitor: Jurnal Pendidikan Kepelatihan Olahraga, 12(2), 128-137.

Sukatamsi. (2001). *Permainan Besar I Sepak Bola*. Jakarta: Universitas Terbuka

Wiratna Sujarweni, V. (2014).. *"Metodologi penelitian:*